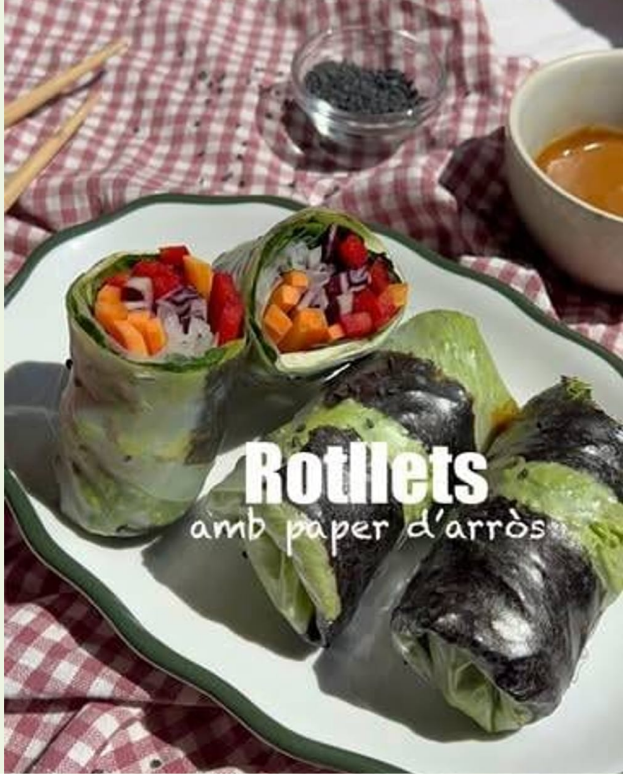
The Green Fork



APERITIUS / ENTRANTS · VEGÀ

Rotllets amb paper d'arròs

4 racions 180 kcal

Ingredients

- Paper d'arròs
- Alga nori
- Verdures crues (pebrot vermell, pastanaga, col, ceba tendra...)
- Enciam
- Espinacs o menta (opcional)
- Llavors de sèsam

SALSA

- **2** cdes de crema de cacauet
- **2** cdes de salsa de soja
- **1 cdta** d'agave o sucre
- **1/2 cdta** de gingebre ratllat
- **1 cdta** de pasta de miso

PER RACIÓ

Proteïnes	**7 g**
Greixos	**8,5 g**
Hidrats	**16 g**
Fibra	**3 g**

Elaboració

1. Tallar totes les verdures en juliana
2. Remullar el paper d'arròs durant 1 min
3. Col·locar tots els ingredients del farcit com al vídeo
4. Doblegar els laterals del paper d'arròs i enrotllar-lo començant per la part on hi ha totes les verdures. En acabar d'enrotllar, el paper es segellarà enganxant-se sobre si mateix amb la humitat

SALSA

5. Barrejar bé els ingredients de la salsa, i afegir-hi una mica d'aigua calenta si queda massa espessa

Fet amb CookNest